ISSN :

Vol 1 No 1 2023 (7-11)

Publisher

ABDIGERMAS

Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

Penyuluhan dan Praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Cuci Tangan 6 Langkah di SDN 200120 Padang Sidempuan Tahun 2022

Khoirunnisah Hasibuan[a1], Hidayanti Rohimah Nurdin Siregar[a2], Nur Aliyah Rangkuti[a3]

[a]Fakultas Kesehatan, Universitas Aufa Royhan, Indonesia
[1]khoirunnisahhasibuan14@gmail.com (Corresponding author)
[2]hidayantirohimahnurdin@gmail.com
[3]nuraliyahrangkuti88@gmail.com

Abstrak

PHBS merupakan perilaku yang dipraktikan sebagai bentuk kesadaran dari hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Kebiasaan hidup sehat yang sederhana seperti cuci tangan, merupakan upaya untuk mencegah penyebaran virus maupun bakteri. Tujuan dari kegiatan ini untuk memberikan promosi kesehatan sekaligus praktik mengenai perlunya menjaga PHBS untuk mewujudkan kesehatan masyarakat yang optimal melalui cuci tangan 6 langkah yang dilakukan di SDN 200120 terhadap siswa kelas 6 SD. Kegiatan ini dilakukan menggunakan metode ceramah, tanya jawab, menampilkan video dan praktik langsung mengenai cara cuci tangan 6 langkah. Hasil penyuluhan kesehatan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan. Hal tersebut dapat dilihat dari antusias dan keaktifan siswa dalam mempraktikkan, mengikuti *games* dan tanya jawab selama kegiatan berlangsung.

Kata Kunci: Penyuluhan, Praktik PHBS, Cuci tangan 6 langkah

Abstract

Clean and healthy living behavior (CHLB) is a behavior that is practiced as a form of awareness of learning outcomes that enables a person or family to help themselves in the health sector and play an active role in realizing public health. Simple healthy living habits, such as washing hands, are an effort to prevent the spread of viruses and bacteria. The purpose of this activity is to provide health promotion as well as practice regarding the need to maintain Clean and healthy living behavior (CHLB) to realize optimal public health through 6-step hand washing conducted at SDN 200120 for 6th grade students. This activity was carried out using the lecture, question and answer method, showing videos and hands-on practice on how to wash your hands 6 steps. The results of health education show that there is an increase in knowledge before and after being given health education. This can be seen from the enthusiasm and activeness of students in practicing, participating in games and asking questions during the activity.

***Keywords**: Counseling, Clean and Healthy Living Behavior (CHLB), 6 Step Hand Washing*

A. Pendahuluan

Masa sekolah dasar merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan berpotensi sebagai *agent of change* untuk mempromosikan PHBS, baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat sehingga tercipta sumber daya manusia berkualitas yang perlu dijaga, ditingkatkan, dan dilindungi kesehatannya [1]. Kesehatan merupakan suatu hal yang penting dalam hidup manusia dengan derajat kesehatan optimal yang salah satunya dapat dicapai melalui penerapan PHBS [2].

PHBS adalah perilaku yang dipraktikan sebagai bentuk kesadaran dari hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat [3]. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap

ISSN :

Vol 1 No 1 2023 (7-11)

Publisher

dan perilaku agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan. [4]. PHBS merupakan upaya promosi kesehatan yang bertujuan agar setiap orang dapat tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat. Upaya promosi kesehatan di sekolah dasar khususnya PHBS menjadi sebuah tuntutan untuk dapat meningkatkan kesehatan pada anak [5]. Salah satunya yaitu *hygiene* pada anak dengan memiliki kebiasaan cuci tangan yang baik dan benar merupakan tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun sehingga menjadi bersih agar terhindar dari segala bentuk penyakit [2].

Cuci tangan menjadi salah satu indikator dari PHBS sehingga hal ini wajib untuk diketahui oleh masyarakat luas khususnya anak sekolah dasar. Sekolah selain berfungsi sebagai tempat untuk belajar juga menjadi ancaman penularan penyakit. Jika tidak dikelola dengan baik mulai dari pengetahuan siswa sampai pada perubahan perilaku cuci tangan maka lingkaran penyakit akan sangat mudah terjadi di Sekolah Dasar [5]. Kebiasaan hidup sehat yang sederhana, seperti cuci tangan pakai sabun, merupakan salah satu cara mencegah penyebaran virus maupun bakteri. Tangan merupakan bagian tubuh manusia yang paling rentan terkontaminasi kotoran dan bakteri [6]. Maka mencuci tangan dengan sabun yang dilakukan secara benar menggunakan teknik 6 langkah sangat penting agar kotoran, kuman, bakteri serta virus pembawa penyakit tidak masuk kedalam tubuh anak [7].

Pada penelitian Muflihah Darwis dkk tahun 2022 menyatakan bahwa mencuci tangan dengan sabun dapat diartikan sebagai keinginan seseorang untuk membersihkan kulit tangan memakai air dan sabun dari kuman dan kotoran supaya dapat mencegah penyakit seperti diare dan cacingan pada anak. Cuci tangan pakai sabun merupakan bagian dari indikator PHBS dengan tujuan meningkatkan kesehatan anak didik serta menjaga lingkungan sehat disekolah [8]. Orientasi edukasi ini tentu menjadi penting untuk membangun pemahaman terlebih dahulu sebagai dasar peningkatan kesadaran dan kepedulian masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan [9].

Kegiatan pendidikan kesehatan memberikan manfaat dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya komunitas tertentu. Kegiatan ini perlu digalakkan secara lebih luas agar lebih banyak masyarakat yang dapat melakukan perilaku hidup bersih dan sehat salah satunya cuci tangan 6 langkah dengan menggunakan air mengalir [10]. Berdasarkan tingkat kepentingan dan kebutuhan dalam merealisasikan PHBS serta menerapkan mencuci tangan dengan benar. Maka program pengabdian masyarakat ini tentang penyuluhan sekaligus praktik PHBS cuci tangan 6 langkah yang dilakukan di SD.

B. Metode

Dalam menjalankan kegiatan pengabdian masyarakat ini diperlukan tahapan metode pelaksanaan yang sistematis. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dari tahapan survey lahan, persiapan, kegiatan inti dan terakhir adalah evaluasi kegiatan sebagai tolok ukur tingkat keberhasilan kegiatan. Kegiatan ini dilakukan dengan cara ceramah, diskusi dan tanya jawab yang dilakukan pada siswa kelas 6 di SD Negeri 200120 Kota Padang Sidempuan. Metode kegiatan ini menggunakan ceramah, tanya-jawab, untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa dan salah satu alat bantu yang digunakan dalam kegiatan ini berupa media cetak seperti poster dan video bergambar.

1. Tahap Persiapan

Kegiatan penyuluhan dan praktik cuci tangan 6 langkah sebagai bentuk kegiatan pelaksanaan PHBS yang diawali dengan meminta izin kepada pihak SD Negeri 200120 Kota Padang Sidempuan, dengan menunjukkan satuan acara penyuluhan (SAP) kepada pihak sekolah. Setelah izin didapatkan tim mempersiapkan materi dan alat yang diperlukan. Tahap persiapan dari kegiatan penyuluhan yang dilakukan adalah pembuatan materi tentang cara cuci tangan 6 langkah yang baik dan benar yang akan dipaparkan dalam bentuk Power point dan pembuatan media cuci tangan 6 langkah.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, dilaksanakan penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan mencuci tangan pada siswa kelas 6 di SD Negeri 200120 Kota Padang Sidiempuan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan secara tatap muka dengan siswa. Setelah kegiatan penyampaian materi penyuluhan selesai, selanjutnya tim pengabdian meminta siswa bersama-sama mempraktikkan tahapan 6 langkah cuci tangan yang disertai dengan pemutaran video bergambar. Diharapkan dapat membantu para siswa memahami dan mengingat untuk senantiasa melakukan kegiatan PHBS dalam kehidupan sehari-harinya. Lalu, dilakukannya penutupan dengan *games* dan tanya jawab yaitu dengan pertanyaan-pertanyaan mengenai PHBS cuci tangan. Penyuluhan ini diikuti oleh 30 siswa kelas 6 SD Negeri 200120 Kota Padang

ABDIGERMAS
Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

Sidempuan tahun 2022 yang dilaksanakan mulai dari pukul 09.30 s/d 10.30 WIB, seluruh rangkaian kegiatan berjalan sesuai dengan rencana yang telah dibuat.

3. Tahap Evaluasi

Tahap terakhir yaitu monitoring dan evaluasi. Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan monitoring terhadap kebiasaan anak-anak dalam menerapkan PHBS di sekitarnya. Tim juga melakukan evaluasi terhadap kegiatan yang telah dilakukan. Harapannya, kegiatan ini dapat bersifat berkelanjutan dan pola hidup masyarakat menjadi lebih baik untuk menjaga kebersihan diri mulai dari kecil. Poster dijadikan sebuah pajangan di area sekolah sebagai bentuk pengingat pentingnya cuci tangan 6 langkah sebagai salah satu bentuk upaya PHBS yang bisa dilakukan secara mandiri di lingkungan sekitar.

C. Hasil

PHBS di sekolah perlu mendapatkan perhatian dimana anak usia sekolah khususnya tingkat sekolah dasar (6-12 tahun) merupakan masa anak rentan terhadap berbagai penyakit, yang umumnya ternyata berkaitan dengan PHBS. Salah satu indikator penting dari pelaksanaan PHBS di sekolah dapat dimulai dari hal yang sederhana yaitu mencuci tangan pakai sabun. Cuci tangan pakai sabun adalah proses membuang kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit, kuku, jari jemari pada kedua tangan dengan menggunakan sabun dan air mengalir [11].

Hasil Penelitian Y. Novitasari yang berjudul Penyuluhan Program Perilaku PHBS Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Pendidikan Anak Usia Dini menyatakan bahwa hidup sehat dapat dicapai dengan cara perilaku menjaga kebersihan diri, dan perilaku menjaga kebersihan diri dapat dilakukan dengan hal yang paling mudah salah satunya dengan cara mencuci tangan menggunakan sabun [12]. PHBS perlu diterapkan pada anak sejak dini agar anak paham dan mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. PHBS merupakan upaya dalam meningkatkan kesehatan, mencegah dan melindungi dari terjadinya risiko berbagai ancaman penyakit. Penyampaian promosi PHBS banyak dilakukan dengan berbagai media [13].

Literatur review yang dilakukan oleh A. U. Listiadesti, S. M. Noer, and Y. Maifita menyatakan bahwa penggunaan media video dalam pemberian penyuluhan pada anak-anak tentang cara perilaku mencuci tangan pakai sabun dengan baik mampu memberikan hasil yang sangat signifikan, dimana adanya kemampuan anak untuk melakukan proses mencuci tangan sesuai dengan arahan dan petunjuk yang benar [14]. Pada kegiatan pengabdian ini juga menggunakan media video sebagai alat bantu dalam penyampaian materi. Hasil pengabdian ini ditemukan bahwa penggunaan media sebagai alat bantu dalam kegiatan sangat membantu para siswa memahami dan mudah mengerti inti dari kegiatan karena penggunaan media tersebut dapat menarik perhatian anak SD. Hal ini sejalan dengan penelitian B. E. warsito Qurrotul Aeni, Feira Beniarti menggunakan video sebagai salah satu media alat bantu pengajaran yang dapat menguasai sasaran. Pengetahuan dan sikap responden setelah mengikuti pendidikan kesehatan dengan pemutaran video memiliki pengetahuan dan sikap yang baik tentang cuci tangan [15].

Hasil penyuluhan kesehatan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan pada anak usia sekolah. Hal tersebut dapat dilihat dari antusias dan keaktifan siswa dalam mempraktikkan, mengikuti *games* dan tanya jawab selama kegiatan berlangsung. Setelah kegiatan penyuluhan kesehatan dihasilkan bahwa anak dapat mempraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Pengabdian ini berfungsi untuk membentuk pengetahuan dan pemahaman siswa akan pentingnya melakukan cuci tangan. Pelaksanaan PHBS perlu pantauan orang tua ketika dirumah dan dari guru ketika di sekolah. Dukungan tersebut penting dilakukan supaya anak bisa mempraktekkan PHBS khususnya mencuci tangan dengan langkah yang benar dalam kehidupan sehari-hari. Adapun bukti dokumentasi dari kegiatan pengabdian yang dilakukan dapat dilihat pada gambar 1.

ABDIGERMAS
Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

Gambar 1. Dokumentasi Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

D. Kesimpulan

Kegiatan ini dilaksanakan di SD Negeri 200120 berjalan dengan baik, peserta yang mengikuti kegiatan terlihat sangat antusias hal ini dibuktikan dengan ketangkapan para peserta dalam mendengarkan dan memahami selama proses kegiatan terlaksana. Kegiatan ini bisa dilakukan lebih sering ataupun secara berkala untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak sekolah dasar. Penyuluhan dan praktik PHBS melalui 6 langkah cuci tangan selain memiliki manfaat terhadap anak SD bermanfaat juga bagi orangtua, guru dan lingkungan sekitar. Dengan adanya kegiatan ini semakin menyadarkan bahwa pentingnya PHBS sebagai bentuk pencegahan penyakit dengan cara mencuci tangan.

E. Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Sekolah SD N 200120 Losung Batu Kota Padang Sidempuan yang sudah memberikan kesempatan untuk melakukan pengabdian masyarakat, juga kepada Bapak/Ibu guru serta peserta didik SD N 200120 Losung Batu yang telah berpartisipasi dengan aktif dalam kegiatan ini.

Daftar Pustaka

[1] F. R. A. Nurma Ika Zuliyanti, “Pengaruh Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Terhadap Praktik Cuci Tangan 6 Langkah Siswa SD N 2 Pangenrejo Purworejo,” *Komun. Kesehat.*, vol. XI, no. 1, pp. 1–14, 2020.

[2] M. P. Muhammad Rafly Rabani1, Adinda Nurfadia2, Basrida Ayu Utami3, Muhammad Rafi Atha Dhiya4, “Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Cara Mencuci Tangan Pakai Sabun Di Yayasan Tpq Al-Ansari Kelurahan Rempoa,” *UMJ*, 2022.

[3] N. Bur and S. Septiyanti, “Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa,” *Celeb. Abdimas J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 2, no. 1, pp. 47–52, 2020, doi: 10.37541/celebesabdimas.v2i1.301.

[4] H. Rahman and H. La Patilaiya, “Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat,” *JPPM (Jurnal Pengabdi. dan Pemberdaya. Masyarakat)*, vol. 2, no. 2, p. 251, 2018, doi: 10.30595/jppm.v2i2.2512.

[5] P. Indah, S. Dewi, N. Made, D. Yunica, and A. A. Pratama, “Perilaku cuci tangan enam langkah pada anak sekolah dasar sebagai salah satu upaya perilaku hidup bersih dan sehat,” vol. 6, pp. 1026–1029, 2022.

[6] D. Rahmawati and Moh Badrus Solichin, “Sosialisasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Kesehatan dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat,” *Kontribusi J. Penelit. dan Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 2, no. 1, pp. 17–23, 2021.

[7] Y. Syalwa Anggun Indiani, Aulia Putri Rahmawati, Dhita Sukma Anggraeni, Fitriyanti, Rosandra Firdi Silviana, “Edukasi Enam Langkah Mencuci Tangan Sebagai Upaya Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS),” *JPKM Cahaya Negeriku*, vol. 2, pp. 21–27, 2022, [Online]. Available: https://cahayanegeriku.org/index.php/jpkm.

[8] M. I. A. M. A. Muflihah Darwis, Violenialola Fernandes Tangdiesak, Crefty Ainil Haq, Atika Sari, Ardaridhayana, Diva Fadliah Kusumawardani, Tasya Nurul Tasrah, “Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Pemilihan Duta Sekolah Cuci Tangan Pakai Sabun (Dulah

ISSN :

Vol 1 No 1 2023 (7-11)

Publisher

ABDIGERMAS
Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

CTPS) Di Sdn 81 Kalukubodo," *Kreat. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 5, 2022, doi: 10.33024/jkpm.v5i7.6156.

[9] E. W. Rumita Ena Sari, Guspianto, "Penyuluhan Dan Praktik Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat," vol. 1, no. 1, pp. 18–25, 2019.

[10] H. Setiawan, F. A. Firdaus, H. Ariyanto, and R. N. Khaerunnisa, "Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Pondok Pesantren," *Madaniya*, vol. 1, no. 3, pp. 118–125, 2020, [Online]. Available: https://madaniya.pustaka.my.id/journals/contents/article/view/22.

[11] N. K. V. Parasyanti, N. L. G. P. Yanti, and I. G. A. A. P. Mastini, "Pendidikan Kesehatan Cuci Tangan Pakai Sabun dengan Video Terhadap Kemampuan Cuci Tangan pada Siswa SD," *J. Akad. Baiturrahim Jambi*, vol. 9, no. 1, p. 122, 2020, doi: 10.36565/jab.v9i1.197.

[12] Y. Novitasari, "Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Pendidikan Anak Usia Dini," *J. Pengabdi. Masy. Multidisiplin*, vol. 2, no. 1, pp. 44–49, 2018, doi: 10.36341/jpm.v2i1.573.

[13] M. D. R. Nourmayansa Vidya Anggraini, Diah Tika Anggraeni, "Peningkatan Kesadaran Phbs Cuci Tangan Dengan Benar Pada Anak Usia Sekolah Nourmayansa," vol. 5, no. April, pp. 1172–1179, 2019.

[14] A. U. Listiadesti, S. M. Noer, and Y. Maifita, "Efektivitas Media Vidio Terhadap Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Sekolah: A Literature Review," *J. Menara Med.*, vol. 3, no. 1, pp. 1–12, 2020, [Online]. Available: http://www.jurnal.umsb.ac.id/index.php/menaramedika/article/view/2198.

[15] B. E. warsito Qurrotul Aeni, Feira Beniarti, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Pemutaran Video Tentang Phbs Cuci Tangan Metode Hidup Bersih dan Sehat dikelompokkan menjadi 5 tatanan yaitu PHBS di Sekolah , PHBS di Rumah Tangga , PHBS di Institusi Tempat Kerja Promosi kesehatan di lingkunga," vol. 7, no. 2, pp. 5–9, 2015.